

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

*Социальная дезадаптация детей часто выражается следующими факторами:*

1. Низкая учебная мотивация учащихся.
2. Несформированность у учащихся основных учебных или социальных навыков.
3. Различные задержки психического развития, проявляющиеся в снижении объема памяти, трудностях произвольного внимания, высокой истощаемостью ребенка, слабой организацией деятельности, а также возникновением у детей барьеров при восприятии учебной информации и закреплении страха неуспеха.

### **КАК ПОМОЧЬ ДЕТЯМ ПРИСПОСОБИТЬСЯ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ:**

1. Организовать режим труда и отдыха ребенка. Контролировать его соблюдение.
2. Внимательно наблюдать за физическим и психическим здоровьем ребенка, при необходимости своевременно обращаться к специалистам.
3. Помогать ребенку наладить взаимоотношения в новом коллективе сверстников.
4. Установить тесный контакт с классным руководителем, учителями-предметниками, с целью координации усилий по оптимизации процесса адаптации учащихся.
5. Важно помочь ребятам выработать объективные критерии собственной успешности и неуспешности, развивать стремление проверять свои возможности и находить пути их совершенствования. В этом может помочь памятка «Как готовить домашние задания».

### **КАК ГОТОВИТЬ ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ**

1. Активно работай на уроке: внимательно слушай, задавай вопросы, если чего-то не понял. Отвечай на вопросы учителя.
2. Точно и как можно более подробно записывай, что задано по каждому предмету.
3. Научись пользоваться словарями и справочниками.
4. Если есть компьютер, научись с его помощью находить нужную информацию.
5. Если то, что проходили на уроке, показалось трудным, повтори материал в тот же день, даже если следующий урок будет через несколько дней.
6. Приступая к выполнению каждого задания, думай не только о том, **что** надо сделать, но и о том, **как** это можно сделать.
7. В случае необходимости обращай за помощью к взрослым или к одноклассникам.
8. Убери со стола все лишнее – то, что может отвлекать. Приготовьте то, что нужно для выполнения первого задания. После того, как подготовишь первый урок, все убери и приготовь то, что нужно для выполнения следующего, и т.д.
9. Между уроками делай перерывы.
10. Прежде чем выполнять письменные задания, пойми и выучи правила, на которые оно направлено.
11. Ищи связь каждого нового понятия с тем, что ты уже знаешь.
12. Если материал, который нужно выучить, очень большой или трудный, разбей его на отдельные части и прорабатывай каждую часть в отдельности.
13. Не оставляй подготовку к докладам, сочинениям творческим работам на последний день, готовься к ним заранее, распределяя нагрузку равномерно.
14. Составляй план устного ответа и проверяй себя.

**ПОМНИ:** мы лучше всего запоминаем:

- то, чем постоянно пользуемся,
- то, к чему нам надо будет вернуться (прерванные действия),
- то, что нам нужно,
- то, что мы можем связать с другими нашими знаниями и умениями,
- то, что связано с нашими переживаниями (и приятными, и неприятными).

**У тебя все получится!**